

9月 令和6年9月後半メニュー

お弁当の万年屋 TEL029-267-5104 FAX029-267-5916



◎当日のご注文の締め切りは、AM9～10時でお届け先により異なりますので、お問い合わせください。
 ※茨城県産米を使用しています。
 ※仕入れの都合上、内容が変更になる場合がございます。

お弁当1個のお届けの場合、配送料として50円いただいています。
 燃料費高騰の為、何卒ご理解のほどよろしくお願い申し上げます。
 ランチ仲間を増やしてください！！

日付	曜日	日替り 463円 (税込 500円)	パワーアップ弁当 500円+100円	ヘルシーメニュー463円 (税込 500円) 【水曜日の()内は代表的な薬膳食材】詳しくはお弁当の一口メモに！	栄養価	週替りメニュー
17	火	大きなメンチカツ	春巻き	【甘酸っぱくて美味しい！】 酢豚/大根のそぼろ煮/小松菜のおかかまぶし/わかめサラダ	エ:264 た:11.6 塩:2.3 糖質 24.7g	肉 600円税込 人気メニュー！ごはんがススム味 豚バラ肉の生姜焼き定食 ライス付
18	水	シャキシャキ食感の チンジャオロース	からあげ	薬膳メニュー【ごまをまぶして香ばしく焼き上げました】 ぶりの胡麻焼き(しょうが、ゴマ)/厚揚げとピーマンの甘辛炒め(松の実)/彩りお浸し(クコの実)/ブロッコリーのアマニ和え(アマニ)/かぶのゆず和え(ゆず)	エ:234 た:15.9 塩:1.3 糖質 11.1g	魚 600円税込 イギリス式でふわふわタラ唐揚げ タラのからあげ ライス付
19	木	とろ～りチーズチキンカツ	自家製 チャーシュー	【みんな大好きハンバーグ！】 デミグラスハンバーグ/バジルパスタ/れんこんの甘辛炒め/アスパラときのこのお浸し	エ:295 た:9.9 塩:2.2 糖質 25.8g	丼 600円税込 海鮮天井 (大盛+50円) レンジOK 海老天&いか天&海鮮かき揚げ
20	金	エビフライ &お楽しみフライ	イカフライ	【いばらき美味しお DAY(減塩の日)】 鶏むねと大葉の塩麹焼き/小松菜と卵の炒め物/大学芋/かまぼこサラダ	エ:300 た:22.8 塩:1.9 糖質 19.0g	SP 700円税込 具だくさんの中華あんをたっぷりかけた 中華あんかけ焼きそば (大盛+100円) レンジOK 冷し麺 600円税込 ゴマの風味香るピリ辛冷やし麺 冷やし担々麺 (ふりかけ半ライス+120円)
24	火	和風おろしハンバーグ	ミニ焼鮭	【豚肉の旨味とコクが大根にしみこみます】 豚肉と大根の甘辛炒め/五目炒めなます/じゃがいもの土佐煮/ブロッコリーのピーナツ和え	エ:219 た:14.3 塩:2.1 糖質 16.7g	肉 600円税込 大人気！オリジナル中華マヨ味が人気！ 中華からあげ定食 ライス付
25	水	ふっくらアジフライ	甘酢からあげ	薬膳メニュー【ふっくらチキンソテーを召し上がれ！】 チキンソテー(塩こうじ)/いんげんと玉葱のソテー(なつめ)/きんぴらごぼう(金針菜)/白きくらげのナムル(白きくらげ)/セロリの醤油漬(セロリ、唐辛子)	エ:251 た:12.2 塩:1.9 糖質 13.6g	魚 630円税込 桜チップで自家製スモーク スモークサーモン ライス付
26	木	スパイシーな カレーコロッケ	手作り塩こうじ ハンバーグ	【西京みその香りが食欲をそそります】 さわらの西京焼き/ピーマンと竹輪のカレー炒め/きのこの煮浸し/ほうれん草の胡麻和え	エ:226 た:20.0 塩:2.1 糖質 11.9g	丼 600円税込 濃厚ネギ塩だれが人気の丼！ ネギ塩豚カルビ丼 (大盛+50円) レンジOK SP 700円税込 北海道釧路のソウルフード！とんかつ&ミートソーススパ スパカツ (大盛+100円) レンジOK
27	金	甘辛味が食欲そそる ホイコーロー	手作り エビフライ	【美味しくてヘルシー461kcal！】 厚揚げのサイコロステーキ丼	普通盛 エ:461 た:11.1 塩:1.7 普通盛 糖質 87.1g	冷し麺 600円税込 さっぱり梅かつお味！ 梅かつおさめうどん (ふりかけ半ライス+120円)

700円
9/17~9/20
中華あんかけ焼きそば
大盛+100円

700円
9/24~9/27
スパカツ
大盛+100円

茨城の芋ごはん弁当
新発売！

1,080円税込
笠間の栗、つくば鶏
茨城のさつまいも
県産野菜
(ごぼう、人参、蓮根)
※ご予約でお届けできます

数量限定メニュー

17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)
800円 とろとろ卵&焼肉 をチャーハンにON 肉たま チャーハン 大盛+100円	700円 毎回売り切れの 人気メニュー！ ワタルシェフの 手作りかつ丼 大盛+50円	800円 大人気！ サイズUP！ 具沢山タルタル ワタルの チキン南蛮 ライス大盛+50円	700円 電子レンジOK 横浜のB級グルメ 生姜焼き&目玉焼き 横浜スタミナ カレー ライス大盛+50円 ルー大盛+100円	800円 電子レンジ可 火山の火口に たっぷりエビチリ！ エビチリ火山 チャーハン 大盛+100円	800円 人気のチキン南蛮 にスパイスを効かせた レッドホット チキン南蛮 ライス大盛+50円	830円 自家製とろとろ焼豚を サクッと揚げました！ ワタルの とろチャーシュー カツ ライス大盛+50円	700円 電子レンジOK 奥深い味が特徴の 特別なタイカレー マッサマン カレー ライス大盛+50円 ルー大盛+100円

おにぎり各種(梅・鮭)・・・税込170円

シン・海苔段々
700円(税込)

イカフライ・白身フライのせ
各+100円
焼き鮭のせ+200円

463円 (税込500円)
白ごはん半ライス 172kcal
白ごはん普通盛 343kcal
白ごはん大盛 468kcal +50円

173kcal
346kcal
470kcal +50円
+100円

書式を変更: フォント:(英)MS Pゴシック,(日)MS Pゴシック,9pt,太字,フォントの色:自動

書式を変更: フォント:9pt,太字

書式変更: 行間: 固定値 10pt

書式を変更: フォント:(英)MS Pゴシック,(日)MS Pゴシック,9pt,太字,フォントの色:自動

書式を変更: フォント:9pt,太字

書式変更: 行間: 固定値 10pt